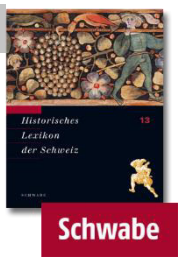
KOCHCLUB ROSTIGE SCHNITZER

Themenabend Graubünden

Graubünden

Dieser Artikel wurde für die Buchausgabe des HLS mit Bild und Infografik reich illustriert. Bestellen Sie das HLS bei unserem Verlag.



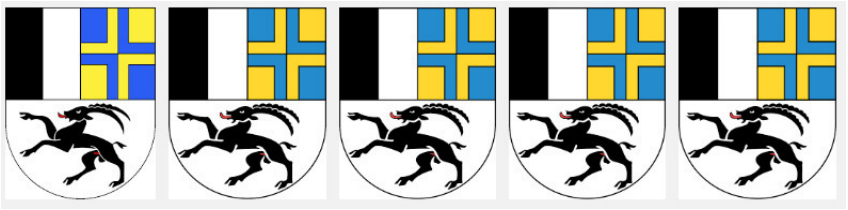
1524-1803 Freistaat Gemeiner Drei Bünde (Gotteshausbund, Grauer Bund, Zehngerichtenbund) und zugewandter Ort der Eidgenossenschaft, 1799-1803 als Kt. Rätien Teil der Helvet. Republik, seit 1803 Kanton der Eidgenossenschaft. 1512-1797 gehörten das Veltlin, Chiavenna und Bormio als Untertanengebiete den Drei Bünden. Amtl. Umschreibung: Kanton Graubünden, Cantone dei Grigioni, Chantun Grischun. Franz. Grisons. Amtssprachen sind Deutsch und Italienisch, seit 1996 auch Rätoromanisch (Rumantsch Grischun), Hauptort ist Chur.

Das im Südosten der Schweiz gelegene Kantonsgebiet gliedert sich in rund 150 Täler. Die Surselva und das Engadin, die beiden Haupttäler, verlaufen parallel zum Alpenkamm. Der Rhein entwässert weite Teile des von grossen Höhenunterschieden geprägten Kantons. Am Piz Lunghin oberhalb von Maloja, einer Wasserscheide Europas, entspringen der Inn, der ostwärts in die Donau fliesst, die Julia, welche nach Norden in den Rhein fliesst und die Maira, die in den Po mündet.

Fläche (1995/97)	***7 105,2 km²***	
Wald/bestockte Fläche	1 897,1 km²	26,7%
Landwirtschaftliche Nutzfläche	2 117,3 km²	29,8%
Siedlungsfläche	127,9 km²	1,8%
Unproduktive Fläche	2 962,9km²	41,7%

Bevölkerungs- und Wirtschaftsstruktur

Jahr	**1850**	**1880**[a]	**1900**	**1950**	**1970**	**2000**
Einwohner	89 895	93 864	104 520	137 100	162 086	187 058
Anteil an Gesamtbevölkerung der Schweiz	3,8%	3,3%	3,2%	2,9%	2,6%	2,6%
Sprache						
Deutsch		43 664	48 762	77 096	93 359	127 755
Rätoromanisch		37 794	36 472	40 109	37 878	27 038
Italienisch		12 976	17 539	18 079	25 575	19 106
Französisch		115	479	893	819	961
Andere		442	1 268	923	4 455	12 198
Religion, Konfession						
Protestantisch	51 855	53 168	55 155	69 524	74 391	76 252
Katholisch[b]	38 039	41 711	49 142	66 419	85 803	87 245
Christkatholisch				122	82	111
Andere	1	112	223	1 035	1 810	23 450
davon jüdischen Glaubens	*1*	*38*	*114*	*360*	*98*	*85*
davon islamischen Glaubens					*161*	*3 913*



davon ohne Zugehörigkeit[c]						*610*	*9 448*
Nationalität							
Schweizer		87 707	88 710	89 583	125 964	137 995	158 886
Ausländer		2 188	6 281	14 937	11 136	24 091	28 172
Jahr			**1905**	**1939**	**1965**	**1995**	**2001**
Beschäftigte im Kanton	1. Sektor		42 304	42 577	9 880	11 417[d]	9 936[d]
	2. Sektor		15 481	14 439	33 186	27 473	24 041
	3. Sektor		17 697	19 536	34 549	68 446	67 609
Jahr			**1965**	**1975**	**1985**	**1995**	**2001**
Anteil am Schweiz. Volkseinkommen			2,4%	2,4%	2,4%	2,4%	2,3%

[a] *Einwohner: Wohnbevölkerung; Sprache, Religion und Nationalität: ortsanwesende Bevölkerung*

[b] *1880 und 1900 einschliesslich der Christkatholiken; ab 1950 römisch-katholisch*

[c] *zu keiner Konfession oder religiösen Gruppe gehörig*

[d] *gemäss landwirtschaftl. Betriebszählungen 1996 und 2000*

Quellen:HistStat; eidg. Volkszählungen; BFS

KOCHCLUB ROSTIGE SCHNITZER

Graubünden im Überblick

Graubünden - der einzige dreisprachige Kanton der Schweiz - ist wirtschaftlich, kulturell und politisch vielfältig. Die romanische Sprache und Kultur sind ein wesentlicher Teil der Bündner Eigenart. Graubünden ist aber auch ein Kanton der landschaftlichen Schönheiten und der touristischen Attraktionen.

"Eine eigne Schweiz in der Schweiz" sei Graubünden, stellte der Schriftsteller und Politiker Heinrich Zschokke in der Mitte des 19. Jahrhunderts treffend fest. Graubünden ist flächenmässig zwar der grösste, mit 195 886 Einwohnerinnen und Einwohnern zugleich aber auch der am dünnsten besiedelte Kanton. In der Hauptstadt Chur, der ältesten Stadt der Schweiz, leben 34 547 Personen.

Natur pur

Graubünden heisst nicht nur kulturelle und sprachliche Vielfalt, sondern auch Natur pur: 615 Seen, über 900 Berggipfel und 150 Täler. Graubünden ist ein typisches Gebirgs- und Hochland. 41 Prozent der Bewohner Graubündens leben in Höhenlagen über 1000 Meter. Der höchste Berg ist der Piz Bernina mit 4049 m ü. M., und der tiefste Punkt ist die Kantonsgrenze zum Tessin mit 260 Metern.

Ein attraktiver Wirtschaftsstandort

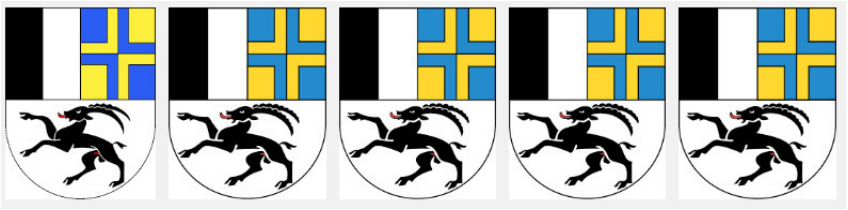
In Graubünden arbeitet heute die Mehrheit der Beschäftigten im Dienstleistungssektor. Mässige Steuerbelastung, fachlich bestens geschultes Personal, eine hohe Arbeitsproduktivität und eine feinmaschige Infrastruktur bieten nicht nur international tätigen Unternehmen, sondern gerade auch kleineren und mittleren Betrieben Standortvorteile.
Innovativ sind die Bündner Bergbauern. Circa 50 Prozent der Betriebe werden biologisch geführt. Die Bündner Bauern pflegen die Landschaft quer durch den Alpenbogen. Von den Trauben und Kastanien im Süden über die höchsten Alpen und Steilhänge bis ins Churer Rheintal, wo alle Ackerfrüchte wachsen und sich zahlreiche Weinberge befinden. Der Bündner Bauer ist in der Regel ein Bergbauer. Nur sieben Prozent der 2445 Landwirtschaftsbetriebe liegen in der Talzone, alle übrigen im Berggebiet.

Tourismus als wichtiges Standbein

Die kulturelle Vielfalt, die landschaftlichen Schönheiten und eine leistungsfähige Infrastruktur mit gastfreundlichen Hotels, Bergbahnen, Bädern, Wellness- und Sportanlagen tragen massgebend dazu bei, dass Graubünden sowohl im Winter als auch im Sommer eine Top-Ferienregion ist. Jede einzelne Region verfügt über einen ganz eigenen Charakter.
Graubünden lebt vom Tourismus, denn die Einnahmen aus dem Ferien- und Freizeitgeschäft sichern rund einem Drittel der Bündner Erwerbstätigen ihr Einkommen. Mit seinen weltbekannten Destinationen Davos Klosters und Engadin St. Moritz und vielen anderen grossen oder "kleinen und feinen" Orten mit eigenem Charme ist Graubünden heute ein wichtiger Anbieter auf dem internationalen Freizeitmarkt.

Einziger dreisprachiger Kanton der Schweiz

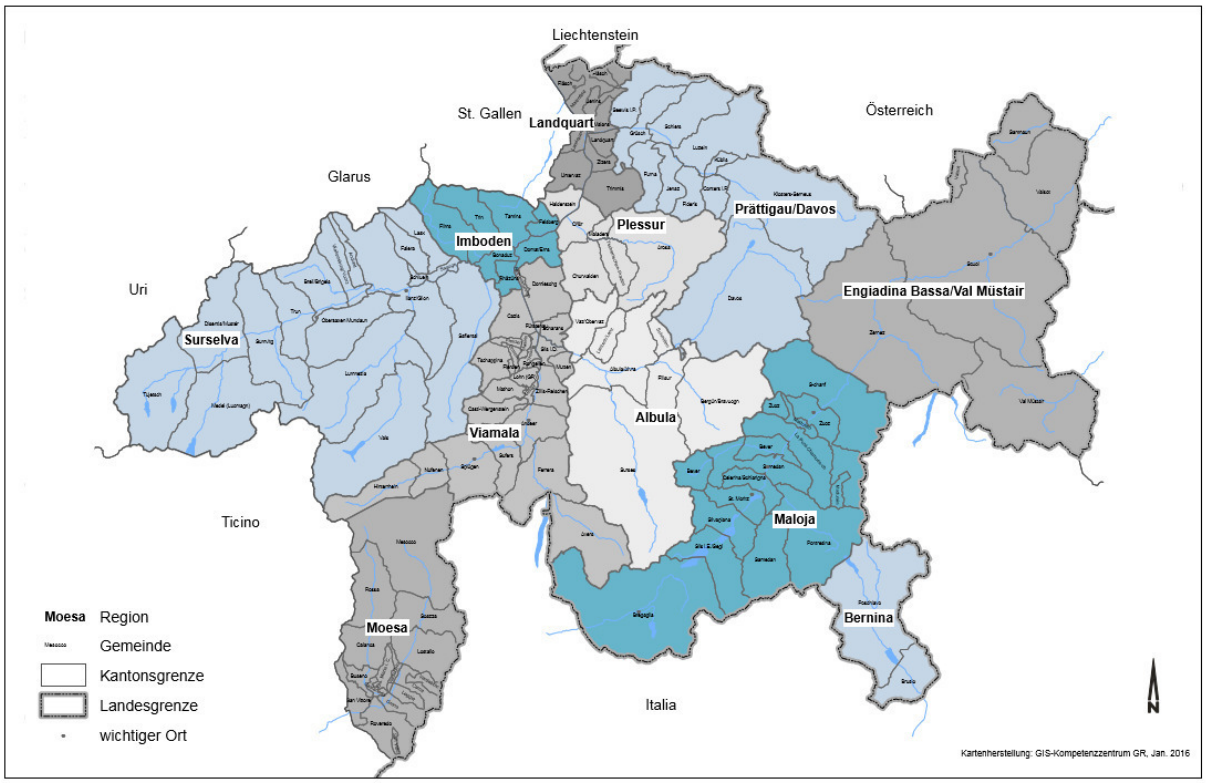
Im einzigen dreisprachigen Kanton der Schweiz sprechen 64 Prozent der Bevölkerung Deutsch, 13 Prozent Rätoromanisch, 11 Prozent Italienisch und 13 Prozent andere Sprachen (Hauptsprache gemäss Strukturerhebung 2013). Die Mehrsprachigkeit lebt auch in den Schulen und der Verwaltung. Das romanische Sprachgebiet ist in verschiedene Regionen und Idiome unterteilt: Im Unterengadin und Val Müstair wird Vallader gesprochen, im Oberengadin Puter, im Bündner Oberland Sursilvan, im Domleschg und im Schams Sutsilvan sowie im Oberhalbstein und im Albulatal Surmiran. Rumantsch Grischun findet sodann vor allem als gemeinsame Schriftsprache Verwendung.

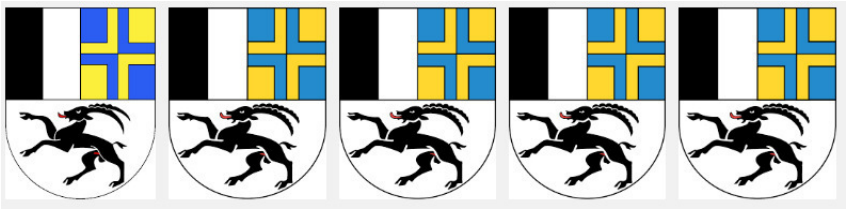


KOCHCLUB ROSTIGE SCHNITZER

Kanton Graubünden
Cantone dei Grigioni
Chantun Grischun

Administrative Einteilung Kanton Graubünden
Gültig ab 01.01.2016





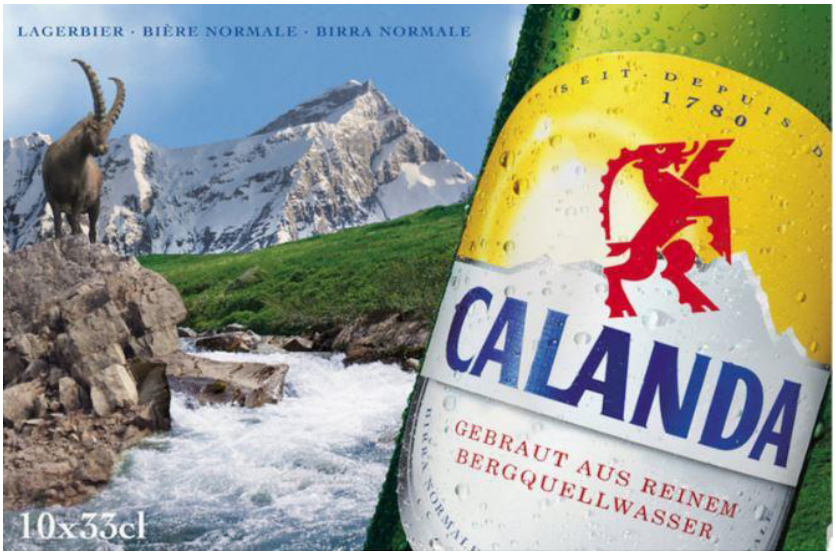
KOCHCLUB ROSTIGE SCHNITZER

MENUE

18.11.2016

KOCHCLUB ROSTIGE SCHNITZER

BIEL



KOCHCLUB ROSTIGE SCHNITZER

Amuse Bouche

GRISCHUNA SNACK MIT SPECK

Vorspeise

KÜRBISSUPPE MIT BÜNDNERFLEICH

Hauptspeise

INVOLTINI BÜNTNERART

Mit

PLAIN IN PIGNA

Nachspeise

BÜNTNER NUSSTORE

begleitet mit einem

BÜNTNER RÖÖTELI

KOCHCLUB ROSTIGE SCHNITZER

Maienfelder Pinot Noir Steinbock AOC 2015

★★★★½ (56 Bewertungen)

Mittleres Rubinrot, kräftiges beeriges Bukett mit guter Konzentration, sanft würzig, etwas Weichseln, am Gaumen mit FinessenreicherFrucht und weichem Tannin, füllige Frucht begleit ...

Weiterlesen ▾

Ostschweizer Riesling-Sylvaner 2015

★★★½☆ (5 Bewertungen)

Helles Gelb, sehr aromatisch, Zitrusfrüchte in der Nase, fruchtiges, typisches Riesling x Sylvanerbukett, mit muskatigen Nuancen, im Auftakt mild und frisch, spritzig, angenehm aus ...

Weiterlesen ▾

Bündner Röteli Likör

22 % vol.

Bündner Röteli, die bekannte und traditionelle Kindschi-Spezialität. Schmeckt am besten eisgekühlt als Shot, heiss im Kaffee oder als raffinierte Zutat im Dessert.

Zutaten

Wasser, Extrakt aus sonnengetrockneten Kirschen und Gewürzen, Zucker, Alkohol, Kirschensaft, natürliche Aromen und als Farbstoff Zuckercouleur

SPEZIALITADS DAL GRISCHUN SVIZRA

GRISCHUNA SNACK MIT SPECK
Ein kleiner raffinierter Imbiss, einfach und schnell zubereitet

Zutaten Mahlzeit.

(für 4 Portionen)

16 Scheiben eines Pariserbrotes oder
Scheiben von Baguettes, 1 cm dick geschnitten
4 Esslöffel Weisswein
1 Kaffeelöffel Senf
8 Scheiben Greyerzer oder Raclette-Käse
(Scheiben in gleicher Grösse wie Brot)
8 Salbeiblätter
8 Scheiben Rohess-Speck, Rohschinken oder
Bündnerfleisch

Zubereitung

(Vorbereitungszeit: 15 Minuten, Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten)

- Die Brotscheiben mit Weisswein beträufeln (Weisswein von guter Qualität) und mit wenig Senf bestreichen. 8 Scheiben mit dem Käse und den Selbeiblättern belegen. Mit den restlichen Brotscheiben bedecken und die beiden Brotscheiben mit einer Tranche der Bündner Fleischspezialität umwickeln. Auf ein Backblech legen und bei ca. 220 ° C backen bis der Käse zu schmelzen beginnt. Zusammen mit einem gemischten Salat ergeben diese Brötchen eine rustikale

SPEZIALITADS DAL GRISCHUN SVIZRA

Grischuna

KÜRBISSUPPE MIT BÜNDNERFLEISCH

Bekömmlich leichte Vorspeise oder sommerliche Zwischenverpflegung

Zutaten

(für 4 Portionen)

100 g feingeschnittenes Bündnerfleisch (oder Bündnerfleisch Julienne)
500 g gelbes oder oranges Kürbisfleisch
1/2 feingehackte Zwiebel
40 g Butter
8 dl Geflügelbouillon
2,5 dl Vollrahm
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

(ca. 20 Minuten Vorbereitungszeit, ca. 1 Stunde Zubereitungszeit)

- Das Kürbisfleisch in kleine Würfel schneiden. In einem grossen Topf die Zwiebel in der Butter andünsten, Kürbis dazugeben und mitdünsten.
- Die Hälfte des in feine Streifen geschnittenen Bündnerfleisches weitere 5 Minuten mitdünsten. Die Bouillon dazugiessen, zum Kochen bringen und die Suppe eine knappe Stunde köcheln lassen.
- Inzwischen die übrigen Bündnerfleischstreifen in einer Pfanne mit einigen Tropfen Olivenöl kurz rösten.
- Die Suppe mit dem Stabmixer fein pürieren, die Hälfte des Rahms dazugeben und die Kürbissuppe 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den restlichen Rahm steif schlagen und unter die Suppe ziehen.
- In vorgewärmte Suppentassen füllen und mit den gerösteten Bündnerfleischstreifen garnieren.

SPEZIALITADS DAL GRISCHUN SVIZRA

INVOLTINI BüNDNERART
Eine Bündner Variante dieses traditionellen Gerichts

Zutaten

(für 4 Personen)

8 sehr dünn geschnittene Kalbsschnitzel
wenig Salz
Pfeffer aus der Mühle
8 Tranchen Grischuna Bündner-Rohschinken
2 E L Bratbutter
1 dl Weisswein
2 dl Bouillon

Füllung

120 g Mascarpone
30 g Bündner Rohess-Speckwürfelchen
2 EL gehackter Rucola

Garnitur

Rucola

Zubereitung

- Schnitzel würzen, mit Rohschinken belegen.
- Mascarpone mit den Speckwürfelchen und Rucola mischen und auf die Rohschinkentranchen verteilen. Das Fleisch zusammenrollen. Mit einem Zahnstocher zusammenstecken.
- In der heissen Butter rundherum anbraten, Weisswein und Bouillon dazu geben und 10–12 Minuten zugedeckt weich schmoren.

Mit Rucola garnieren

Engadiner Plain in Pigna vom Schlosshotel Chastè

Von Steinböcken empfohlen.

Rezept für 4 Personen

Zutaten

600 g	Kartoffeln (Bintje)
20 g	Bündnerfleisch
25 g	Salami
25 g	Coppa
15 g	Speck (geräuchert)
15 g	Landjäger
1	Knoblauchzehe
2 EL	Butter
1.5 dl	Vollrahm

Zubereitung

Das Fleisch in kleine Würfel schneiden, die Kartoffeln schälen und die Knoblauchzehe fein hacken.

1/3 der Kartoffeln mit der Bircherraffel fein reiben. Die restlichen Kartoffeln mit der Röstiraffel grob reiben.

Weitere Zutaten beigeben, würzen und miteinander vermischen.

Danach in der ausgebutterten Gratinform verteilen, leicht andrücken und mit Alufolie bedecken.

Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad rund 30 bis 40 Minuten backen.

Nach 20 Minuten die Alufolie entfernen, damit sich eine leichte Kruste bildet.

Die Plain in Pigna kann direkt in der Form oder als Nocken als Beilage serviert werden.

An Guata. Bun appetit. Buon appetito.

Weitere kulinarische Highlights aus den kleinen und feinen Regionen unter:
www.graubuenden.ch/bergdorf

Für Rückmeldungen oder Fragen zu den Rezepten: contact@graubuenden.ch

graubünden

Ferien & Freizeit

Graubünden Ferien
Alexanderstrasse 24
CH-7001 Chur

Tel. +41 (0)81 254 24 24
Fax +41 (0)81 254 24 00
contact@graubuenden.ch
www.graubuenden.ch

Nusstorte

Die Nusstorte – einst vor allem im Engadin hergestellt – hat ihren Ursprung nicht in Graubünden. Sie wurde von einheimischen Zuckerbäckern aus den südlichen Gebieten, wo die Walnuss zu Hause ist, nach Graubünden gebracht.

Rezept:

Zutaten:

- 300 g Mehl
- 150 g Zucker
- 150 g Butter
- 1 Ei
- 1 Prise Salz

Guss:

- 300 g Zucker
- 250 g Nusskerne geschnitten
- 2 dl Rahm

Zubereitung:

Teig

Zutaten zu einem Teig verarbeiten. 250 g Teig für den Deckel zurückbehalten. Mit dem übrigen Teig die Kuchenform belegen, 3cm hoher Rand.

Backzeit

Der Zucker bräunen, Die Nüsse daruntermengen, den Rahm beifügen und zweimal aufwallen lassen. Die Masse in die Form geben und den Deckel darauf legen. Die Form in den kalten Ofen schieben und 10 Min. auf heiss, nachher auf mittel stellen. Die Torte hellgelb backen.